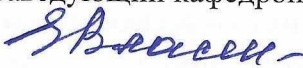


Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования
«Сахалинский государственный университет»
Кафедра психологии

УТВЕРЖДЕН
на заседании кафедры
«17» июня 2024 г.
протокол № 7
Заведующий кафедрой

 Е.Г. Власенкова

ФОНД
ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ
ПО ДИСЦИПЛИНЕ
ФТД.02 «Телесно-ориентированная терапия»

Направление подготовки
37.04.01 «Психология»

Наименование
«Экстремальная психология»

Уровень высшего образования
МАГИСТРАТУРА

Южно-Сахалинск, 2024

1.Формируемые компетенции и индикаторы их достижения по дисциплине

Коды компетенции	Содержание компетенций	Код и наименование индикатора достижения компетенции
УК-6	Способен определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки	Знать: основы организации собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки. Уметь: определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки. Владеть навыками организации собственной деятельности.
ПК-3	Способен проводить коррекционно-развивающую работу с лицами, в том числе по восстановлению и реабилитации	Знать: особенности проведения коррекционно-развивающей работы с лицами, в том числе по восстановлению и реабилитации. Уметь проводить коррекционно-развивающую работу с лицами, в том числе по восстановлению и реабилитации. Владеть навыками: проведения коррекционно-развивающей работы с лицами, в том числе по восстановлению и реабилитации.

2.Паспорт фонда оценочных средств по дисциплине

№	Контролируемые разделы дисциплины	Код контролируемой компетенции	Наименование оценочного средства
1.	Основные понятия телесно-ориентированной терапии.	УК-6 Способен определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки	Тестирование
2.	Специфика клиентской работы в ТОП	ПК-3 Способен проводить коррекционно-развивающую работу с лицами, в том числе по восстановлению и реабилитации	Реферат

Тестирование

1. Телесно ориентированная терапия это ...

- А) направление психотерапии, целью которого является изменение психического функционирования человека с помощью ориентированных на тело методических приемов;
- Б) направление психотерапии, целью которого является физическое здоровье человека;
- В) направление психотерапии, использующее для лечения напряженные биоэнергетически заряженные позы;
- Г) направление психотерапии, целью которого является расслабление мышечного «корсета» человека;
- Д) направление психотерапии, целью которого является структурная интеграция костно-мышечной системы человека.

2. Наиболее известными видами телесно-ориентированной психотерапии являются ...

- А) биоэнергетический анализ Райха, структурная интеграция Лоуэна, характерологический анализ Фельденкрайза, метод интеграции движений Александера, метод интеграции движений (Рольф);
- Б) характерологический анализ Райха, биоэнергетический анализ Лоуэна, концепция телесного осознания Фельденкрайза, метод интеграции движений Александера, структурная интеграция (Рольф);
- В) характерологический анализ Райха, биоэнергетический анализ Лоуэна, структурная интеграция Фельденкрайза, метод интеграции движений Александера, концепция телесного осознания (Рольф);

3. «Мышечный панцирь» или «хронические мышечные зажимы» по В.Райху это...

- А) постоянные мышечные напряжения в теле человека, связанные с его характером и типом защиты от болезненного эмоционального опыта;
- Б) постоянные мышечные напряжения в теле человека, связанные с его травматическим опытом и неправильной осанкой;
- В) периодические мышечные напряжения в теле человека, связанные с типом защиты от болезненного эмоционального опыта и стереотипным реагированием и поведением.

4. Роль «мышечного панциря» по В.Райху ...

- А) «Мышечный панцирь» не дает человеку возможности думать рационально;
- Б) «Мышечный панцирь» не дает человеку возможности переживать сильные эмоции, ограничивая и искажая выражение чувств;
- В) «Мышечный панцирь» не дает человеку возможности действовать спонтанно, реагировать обдуманно.

5. В.Райх выделял семь сегментов «мышечного панциря», охватывающего тело: (перечислить)

6. По В.Райху расслабление «мышечного панциря» ...

- А) лечит эмоциональные травмы детского возраста;
- Б) является основой психоаналитической терапии;
- В) освобождает значительную либидинозную энергию и помогает процессу психоанализа.

7. В.Райх расслаблял «мышечный панцирь» путем...

- А) аналитической работы с клиентом, работы с дыханием и прямой работы с мышцами;
- Б) аналитической работы с клиентом, работы с осанкой и прямой работы с мышцами;
- В) аналитической работы с клиентом, работы с напряженными позами и массажем.

8. Основной задачей биоэнергетической терапии А.Лоуэна является...
- А) интеграция и осознание движений человеком;
 - Б) восстановление правильного соотношения позиций головы и позвоночника;
 - В) восстановление возможности свободного течения энергии в организме человека.
9. По А.Лоуэну, причиной неврозов, депрессии и психосоматических расстройств является...
- А) подавление чувств;
 - Б) детские травмы;
 - В) нарушение телесного функционирования.
10. Лоуэн утверждает, что игнорирование и непонимание собственных чувств приводит к ...
- А) личностным нарушениям;
 - Б) нарушениям осанки и заболеваниям;
 - В) хроническим мышечным напряжениям, блокирующим свободное течение энергии в организме человека.
11. А.Лоуэн считает, что отношение человека к жизни, его характер отражается в ...
- А) адекватном реагировании на стимуляцию;
 - Б) телосложении, позах, жестах;
 - В) мыслях, чувствах, реакциях.
12. А.Лоуэн выделил пять типов человеческого характера, основываясь на его психических и физических проявлениях: (перечислить)
13. Основными понятиями биоэнергетической терапии являются (перечислить)
14. Основными приемами биоэнергетики выступают...
- А) различные манипуляции с мышечными фасциями, техники эмоционального раскрепощения, массаж и восстановление телесной интеграции;
 - Б) напряженные позы для энергетизации заблокированных частей тела, активные двигательные упражнения, вербальные способы высвобождения эмоций;
 - В) глубокий массаж локтями и косточками пальцев, упражнения на осознание движений, дыхательная гимнастика.
15. Метод Ф.Александера –
- А) это системный подход, направленный на формирование телесной интеграции посредством телесной и психоаналитической проработки;
 - Б) это системный подход, направленный на более глубокое осознание самого себя, с целью вернуть организму утраченное психофизическое единство;
 - В) это системный подход, включающий осознание тела, глубокий массаж и работу с энергиями.
16. Ф. Александер считал, что способ функционирования организма, приводящий к болезням, вызывается ...
- А) неправильным реагированием на жизненные события;
 - Б) неправильным положением тела при функционировании;
 - В) неправильным использованием мышц тела, требующего преодоления мышечного напряжения.
17. По убеждению Александера, для тела людей, страдающих неврозом, характерно ...
- А) дистония;
 - Б) худоба и вытянутость тела;
 - В) нарушение течения биоэнергии в теле.

18. Метод Александра основан на двух фундаментальных принципах – (указать)
19. В процессе обучения методу Александра человек должен научиться сознательно ...
- А) тормозить любую рефлексорную попытку произвести не рациональное движение и при помощи осознанного действия снять напряжение мышц;
- Б) тормозить любую рефлексорную попытку произвести не рациональное движение и при помощи осознанного действия изменить эмоциональную реакцию;
- В) тормозить любую рефлексорную попытку произвести не рациональное движение и при помощи осознанного действия прекратить движение.
20. Большое значение Александр уделял соотношению между... (назвать).
21. В основе метода Ф.Александра лежит техника коррекции ... (назвать).
22. В работе с клиентами Фельденкрайз большое внимания уделял...
- А) осознанию клиентами способа своих действий;
- Б) осознанию клиентами своих чувств и эмоций;
- В) осознанию клиентами положения тела, при выполнении поивычных действий.
23. Цель разработанных Фельденкрайзом упражнений состоит в том, чтобы человек, благодаря осознанию своих действий, был способен двигаться ... (как?).
24. М.Фельденкрайз предлагал изменить поведение человека, обучая его более точному управлению движениями посредством совершенствования ...
- А) чувствительности к мышечным усилиям;
- Б) привычных действий;
- В) осанки.
25. Рольфинг – представляет собой комплексный подход, включающий...
- А) обязательные аналитические процедуры;
- Б) работу над структурой тела, походкой, манерой сидеть, стилем общения;
- В) работу с голосом, дыханием, эмоциями.
26. По Рольф, к нарушению нормального функционирования организма приводит...
- А) дезинтеграция костно-мышечной системы;
- Б) подавление эмоций и формирование психологических защит;
- В) нарушение свободной циркуляции биоэнергии в теле.
27. Основной составляющей Рольфинга является ... (какие действия?).
28. Рольфинг направлен на ...
- А) формирование системы правильных привычных движений;
- Б) расслабление фасций и восстановление равновесия и гибкости тела;
- В) отреагирование эмоционального напряжения.
29. Рольф считает, что, когда фасции расслабляются, высвобождаются ...(что?)
30. Три основные процесса реинтеграции жизненных потоков в биосинтезе – (перечислить)

Реферат

1. Основные понятия телесно-ориентированной терапии.
2. Структура ТОП. Модель личности в норме и патологии.
3. Диагностические подходы в ТОП.
3. Психотерапевтические средства в работе с телесными моделями личностных паттернов.
4. Этические и организационные аспекты клиентской работы.
5. Тактические и диагностические аспекты работы.
6. Типы действий психотерапевта, способы осуществления физического контакта.
7. Подход В. Райха, В. Баскакова, М. Фельденкрайза.
8. Метафорический подход.
9. Классификация паттернов дыхания. Моторные поля Д. Бояделлы, А. Лоуэна.
10. Бодинамика Л. Марчер.
11. Целенаправленное воздействие на мышечные блоки и зажимы.
12. Получение нового телесного опыта.
13. Осознание и изменение личностных паттернов в телесных моделях.